

# ಕ್ರಿಯಾ ಸಂಶೋಧನೆ

ಒಂದು ಪರಿಕಲ್ಪನಾತ್ಮಕ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ

ಕ್ರಿಯಾಸಂಶೋಧನೆ ಎಂದರೇನು?

ಕ್ರಿಯಾಸಂಶೋಧನೆ ಎಂದರೆ  
ಕಾರ್ಯನಿರತರು ತಮ್ಮ ಸದ್ಯದ  
ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಆಚರಣೆಗಳಲ್ಲಿ  
ಸ್ವವಿಮರ್ಶೆಯುಳ್ಳ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ  
ಅನ್ವೇಷಣೆ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

# ಆವಶ್ಯಕತೆ

1. ವೃತ್ತಿಪರ ಜೀವನದ ದಿನನಿತ್ಯದ ಅಭ್ಯಾಸ/ಆಚರಣೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸಲು
2. ವಿಶಿಷ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಕಂಡುಹಿಡಿಯಲು
3. ನಮ್ಮ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು
4. ನಮ್ಮ ವೃತ್ತಿಪರ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಲು ಬೇಕಾದ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ಬುನಾದಿಯನ್ನು ಹೊಂದಲು

## ಉದ್ದೇಶಗಳು

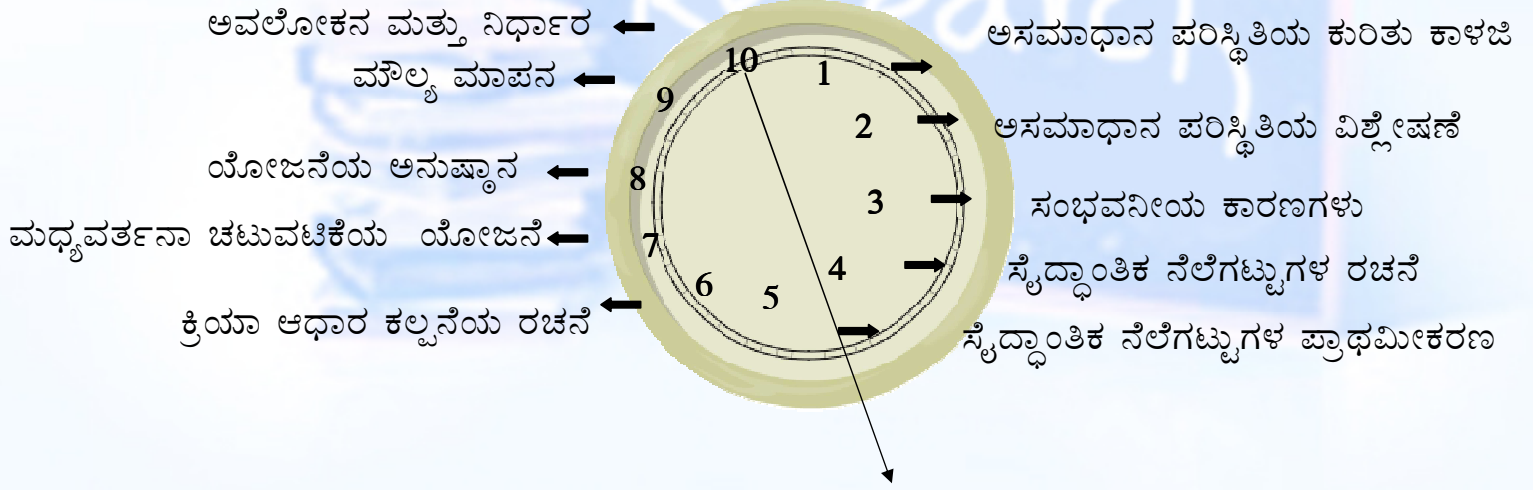
- ವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು
- ಸಮಸ್ಯೆ ನಿವಾರಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಸ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು/ಕಾರ್ಯತಂತ್ರಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸುವುದು
- ಸೃಜಿಸಿದ ಹೊಸ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು/ಕಾರ್ಯತಂತ್ರಗಳನ್ನು ವೃತ್ತಿಜೀವನದ ಒಂದು ಭಾಗವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು

## ಯಾರ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಪರಿಹಾರ?

- ಸಮಸ್ಯೆ ಸಂಶೋಧಕರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸಂಬಂಧಿಸಿರಬೇಕೇ?
- ಇತರರ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ನಾವು ಕ್ರಿಯಾ ಸಂಶೋಧನೆ ಕೈಗೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೇ?
- ನನಗೆ ತೊಂದರೆ ಕೊಡುತ್ತಿರುವ ಆದರೆ ನಾನೇನೂ ಮಾಡಲಾಗದ ಸಂದರ್ಭಗಳಿದ್ದರೆ? ಉದಾ: ಅನಕ್ಷರಸ್ಥರಾದ ಪೋಷಕರು
- ಗಣಿತ ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಇರುವ ತರಗತಿ ಶಿಸ್ತಿನ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ಶಿಕ್ಷಕ ಪರಿಹಾರ ಹುಡುಕಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೇ? ಅದು ಕ್ರಿಯಾ ಸಂಶೋಧನೆಯೇ?

# ಕ್ರಿಯಾ ಸಂಶೋಧನಾ ಸುರುಳಿ

## ಸುರುಳಿ 1



## ಸುರುಳಿ 2

1. ಅಸಮಾಧಾನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಕಾಳಜಿ

ನಮ್ಮ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳ  
ಅಸಮಾಧಾನಗಳು ಇರುವುದು ಸಾಧ್ಯ.  
ನಾವು ಈ ಅಸಮಾಧಾನದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ  
ಹೊಂದಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುವುದೇ  
ಅದರ ಕಾಳಜಿಗೆ ನಾಂದಿ.



## ಹೀಗೊಂದು ಅಸಮಾಧಾನದ ಸ್ಥಿತಿ

ಐದನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನಾನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕನ್ನಡ ಪಾಠ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಎಷ್ಟು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದರೂ, ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಪದಗಳ ಉಚ್ಚಾರಣೆ ಸರಿಯಾಗಿಲ್ಲದಿರುವುದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅಸಮಾಧಾನ ಉಂಟುಮಾಡಿದೆ. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಉಚ್ಚಾರಣಾ ದೋಷಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವುದು ನನ್ನ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಎಂದು ತಿಳಿದ ನಾನು ಈ ಅಸಮಾಧಾನವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬೇಕು ಎಂದು ತೀರ್ಮಾನಿಸಿದ್ದೇನೆ.



## 2. ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ

ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ದೃಷ್ಟಿಕೋನಗಳಿಂದಲೂ ಅಸಮಾಧಾನದ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡಬೇಕು.

1. ಸಮಸ್ಯೆಯ ವಿಸ್ತಾರ ಎಷ್ಟು?
  2. ಅದರ ಸ್ವಭಾವ ಎಂತಹದು?
  3. ಎಷ್ಟು ಜನಗಳಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ?
- ಇತ್ಯಾದಿ

## ಉದಾಹರಣೆ (ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

ನಾನು ನನ್ನ ಅಸಮಾಧಾನದ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಗಾಗಿ ಕೇಳುವ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಹೀಗಿವೆ.

1. ಎಷ್ಟು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅಪೇಕ್ಷಿತ ಉಚ್ಚಾರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಲು ಅಸಮರ್ಥರಾಗಿದ್ದಾರೆ?
2. ಈ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗೆ ಕಾರಣಗಳಾವುವು?
3. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮಾಡುವ ತಪ್ಪು ಉಚ್ಚಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ವಿಶೇಷ ವಿನ್ಯಾಸ ಇದೆಯಾ?

### 3. ಸಂಭವನೀಯ ಕಾರಣಗಳು

ಅಸಮಾಧಾನಕ್ಕೆ ಯಾವ ಯಾವ  
ಕಾರಣಗಳು ಪೂರಕವಾಗಿರಬಹುದು  
ಎಂಬುದನ್ನು ಅನುಕ್ರಮವಾಗಿ  
ಬರೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.

# ಉದಾಹರಣೆ (ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

ಅಪೇಕ್ಷಿತ ಉಚ್ಚಾರಣೆಯ ಅಭಾವಕ್ಕೆ ನಾನು ಈ ಸಂಭವನೀಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

1. ಹಿಂದಿನ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಅಭ್ಯಾಸದ ಕೊರತೆ
2. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯದ ಅಭಾವ
3. ಮೊದಲ ತಲೆಮಾರಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು
4. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ನೇಹಿತರು ಕನ್ನಡೇತರ ಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭಾಷಿಸುವುದು
5. ಕನ್ನಡ ಸಂಭಾಷಣೆಯ ಕೌಶಲ ಬೆಳೆವಣಿಗೆಗೆ ನಾನು ಯುಕ್ತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸದಿರುವುದು
6. ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ಮಾತನಾಡುವ ವಾತಾವರಣ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು
7. ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ ಇಲ್ಲದಿರುವುದು
8. ಕನ್ನಡ ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಆಡುಭಾಷೆಯ ಪ್ರಭಾವ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದು
9. ಔಪಚಾರಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡಲು ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸದ ಕೊರತೆ

4. ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ನೆಲೆಗಟ್ಟುಗಳನ್ನು ರಚಿಸುವುದು  
ಸಂಭವನೀಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ನಾನು  
ಯಾವ ಕಾರಣಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ನೀಡಬಲ್ಲೆ  
ಅಥವಾ ನೀಡಲಾರೆ ಎಂದು ವಿಂಗಡಿಸುವುದು.  
ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವ ಯಾವ ಕಾರಣಗಳನ್ನು  
ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಸಬಹುದು ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ  
ತಾರ್ಕಿಕವಾದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು.

## ಉದಾಹರಣೆ (ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

### • ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ನೆಲೆಗಟ್ಟು - 1

(1,4,5,7,8 ಮತ್ತು 9ನೇ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿ ಮೊದಲನೆಯ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ನೆಲೆಗಟ್ಟನ್ನು ರಚಿಸುತ್ತೇನೆ.)

ಪ್ರಾಯಶಃ ಹಿಂದಿನ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ಭಾಷಾ ಉಚ್ಚಾರಣೆಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಅಭ್ಯಾಸ ದೊರೆತಿಲ್ಲ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಅಲ್ಲಿ ಸರಿಯಾದ ಅಭ್ಯಾಸ ದೊರೆತಿದ್ದರೆ ಈ ರೀತಿಯ ತಪ್ಪುಗಳು ಐದನೇ ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಈ ಶಾಲೆಯ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆಡುಭಾಷೆಯ ಪ್ರಭಾವ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಶುದ್ಧ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ಅವಕಾಶಗಳು ದೊರೆಯುತ್ತಿಲ್ಲ. ಈ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳ ಮಾತೃಭಾಷೆ ಕನ್ನಡೇತರ ಭಾಷೆಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಸ್ನೇಹಿತರು ಮಾತನಾಡುವಾಗ ಕನ್ನಡದ ಬಳಕೆ ಕಡಿಮೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ಇದ್ದರೂ ನಾನು ಸಹ ಸಂಭಾಷಣಾ ಕೌಶಲದ ಬೆಳೆವಣಿಗೆಗೆ ಯುಕ್ತ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಆಯೋಜಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ಕಾರಣಗಳಿಗೂ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಕಡಿಮೆ ಇದೆ ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಅಭಿಪ್ರಾಯ.



## ಉದಾಹರಣೆ (ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

ಇದರೊಂದಿಗೆ ಔಪಚಾರಿಕ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮಾತನಾಡಲು ಸಿಗುವ ಅಲ್ಪಸ್ವಲ್ಪ ಅವಕಾಶಗಳಲ್ಲೂ ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳೂ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತಿಲ್ಲ. ಇಲ್ಲಿ ಅವರ ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸದ ಕೊರತೆ ಎದ್ದು ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಒಟ್ಟಾರೆ ಈ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳ ಫಲವಾಗಿ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿನ ಕನ್ನಡ ಉಚ್ಚಾರದ ಕೊರತೆ ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯಾಗಿ ಉಳಿದುಬಿಟ್ಟಿದೆ.



## ಉದಾಹರಣೆ (ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

- ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ನೆಲೆಗಟ್ಟು - 2

ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮೊದಲನೇ ತಲೆಮಾರಿನ ಕಲಿಕೆಯವರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಸಿಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅವರ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಸಹ ಕನ್ನಡೇತರ ಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇವೆಲ್ಲಾ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಶುದ್ಧ ಕನ್ನಡ ಕೇಳುವ ಅವಕಾಶ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಿಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಅವರ ಉಚ್ಚಾರಣೆ ಅಪೇಕ್ಷಿತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿಲ್ಲ.

## 5. ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ನೆಲೆಗಟ್ಟಿನ ಆಯ್ಕೆ

ರಚಿಸಲಾದ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ನೆಲೆಗಟ್ಟುಗಳಲ್ಲಿ  
ನಾನು ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಪರಿಹಾರ ನೀಡಲು  
ಸಮರ್ಥನೋ ಅದಕ್ಕೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವುದು.  
ಇದರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪರಿಹಾರ  
ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾಗುವುದು.

## ಉದಾಹರಣೆ (ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

- ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ನೆಲೆಗಟ್ಟಿನ ಆಯ್ಕೆ  
ಮೇಲಿನ ಎರಡು ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ನೆಲೆಗಟ್ಟುಗಳಲ್ಲಿ  
ಮೊದಲನೆಯದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ನಾನು  
ಏನಾದರೂ ಪರಿಹಾರ ಹುಡುಕಬಲ್ಲೆ.  
ಎರಡನೆಯದು ನನ್ನ ಕಾರ್ಯವ್ಯಾಪ್ತಿಯಿಂದ  
ಹೊರಗಿರುವುದರಿಂದ ಮೊದಲನೆಯದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ  
ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.

## 6. ಕ್ರಿಯಾ ಆಧಾರ ಕಲ್ಪನೆಯ ರಚನೆ

ಸಮಸ್ಯೆ ಮತ್ತು ಪರಿಹಾರ ಎರಡನ್ನೂ  
ಜೋಡಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೇ ಕ್ರಿಯಾ  
ಆಧಾರ ಕಲ್ಪನೆಯ ರಚನೆ. ಇದನ್ನು  
ಕ್ರಿಯಾ ಪ್ರಾಕೃಲ್ಪನೆ ಎಂದೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

## ಉದಾಹರಣೆ (ಮುಂದುವರಿದಿದೆ)

ಕ್ರಿಯಾ ಆಧಾರ ಕಲ್ಪನೆ

ಸೂಕ್ತ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ಉತ್ತೇಜನ  
ನೀಡಿದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅಪೇಕ್ಷಿತ  
ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ಪದಗಳ ಶುದ್ಧ ಉಚ್ಚಾರಣೆ  
ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದು.

ಗಮನಿಸಿ: ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ 'ಸೂಕ್ತ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು' ಎಂಬುದನ್ನು  
ನನ್ನ ಸನ್ನಿವೇಶಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ನಿರೂಪಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ.  
ಉದಾ: 'ಉತ್ಸವ' ಎಂಬುದನ್ನು 'ಉಸ್ತವ' ಎಂದು  
ಉಚ್ಚರಿಸುವುದು.

## 7. ಮಧ್ಯವರ್ತನಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಯೋಜನೆ

ಯಾವ ಪರಿಹಾರ ಅಸಮಾಧಾನದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದೇವೆಯೋ ಆ ಪರಿಹಾರ ಮಧ್ಯವರ್ತನಾ ಚಟುವಟಿಕೆ ಎನಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದರ ಯೋಜನೆ ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.

## ಚಟುವಟಿಕೆ ಕೋಷ್ಟಕದ ನಮೂನೆ

ಕ್ರ. ಸಂ.	ಕಾರ್ಯ	ಸಹಭಾಗಿಗಳು	ಸ್ಥಳ	ಅವಧಿ	ಷರಾ
೬	<p>1. ಪದಗಳ ಉಚ್ಚಾರಣಾ ಅಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧತೆ</p> <p>1.1 ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿ ತಯಾರಿ</p> <p>1.2 ಸಾಮ್ಯತೆ, ಭಿನ್ನತೆ ಇರುವ ಪದಗಳ ಪಟ್ಟಿ</p> <p>1.3 ಮಿಂಚು ಪಟ್ಟಿ ತಯಾರಿ</p> <p>1.4 ಟೇಪ್ ರೆಕಾರ್ಡರ್ ಪಡೆಯುವುದು</p> <p>1.5 ಧ್ವನಿ ಸುರುಳಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು</p>	ನಾನು ಮತ್ತು ನನ್ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು	ನನ್ನ ಶಾಲೆ	15 ದಿನಗಳು	ಈ ಎಲ್ಲ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕೈಗೊಳ್ಳಬಹುದಾದ್ದರಿಂದ ಅವಧಿಯನ್ನೂ ಒಟ್ಟಾರೆಯಾಗಿ ನಿಗದಿಪಡಿಸಿದೆ.
2					22



## 8. ಯೋಜನೆಯ ಅನುಷ್ಠಾನ

ಯೋಜಿಸಿದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನ ಮಾಡುವುದು. ಅನುಷ್ಠಾನದೊಂದಿಗೆ ಆಗುತ್ತಿರುವ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನೂ ಗಮನಿಸಿ ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

## 9. ಮಧ್ಯವರ್ತನಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಮೌಲ್ಯಮಾಪನ

ಇಲ್ಲಿ ಮಧ್ಯವರ್ತನಾ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು  
ಅಸಮಾಧಾನ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಸಮಾಧಾನದತ್ತ  
ಒಯ್ಯುವಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಫಲಪ್ರದವಾಗಿವೆ  
ಎನ್ನುವುದನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು.

## 10. ಸ್ವವಿಮರ್ಶೆ ಮತ್ತು ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು

ಅಸಮಾಧಾನದ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು  
ಕೈಗೊಂಡ ಕಾರ್ಯಗಳು ಎಷ್ಟು ಸರಿಯಿದ್ದವು  
ಎಂಬುದನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು ಸ್ವವಿಮರ್ಶೆ.  
ಇದರ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಕೆಲವು  
ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು